

# Kinder brauchen Freizeit



**Auch Kinder müssen sich entspannen. Wie Eltern für ihre Kinder die richtige Balance in der Freizeit zwischen Aktivität und Pausen finden.**

**In diesem Artikel:**

- Fernsehen und Freunde für Kinder in der Freizeit wichtig
- [Kinder haben heute weniger Freizeit](#)
- [Langeweile in der Freizeit schadet nicht](#)
- [Eltern steuern Freizeit der Kinder](#)

## Fernsehen und Freunde für Kinder in der Freizeit wichtig

Befragt man die Statistik, was Kinder in ihrer Freizeit treiben, steht Fernsehen oben auf der Liste. 97 Prozent der Kinder schauen täglich Fernsehen, so die World-Vision-Studie „Kinder in Deutschland 2007“. Sehr wichtig ist der Mehrheit der Kinder aber auch, in ihrer Freizeit Freunde zu treffen, ihren Hobbys nachzugehen und mit der Familie etwas zu unternehmen, so die Studie.

## In der Freizeit bewegen sich Kinder weniger

Sich in der Freizeit ausgiebig zu bewegen, ist nicht mehr die Beschäftigung Nummer eins der Kinder. Die durchschnittliche Bewegungskompetenz von Kindern hat deshalb in den vergangenen Jahren deutlich nachgelassen, wie das „Motorik-Modul“ der KiGGS-Studie des Robert-Koch-Instituts ergab, die seit einigen Jahren die Motorik von Kindern und Jugendlichen in Deutschland untersucht. „Nur die Feinmotorik der Finger ist durch das viele Computerspielen besser geworden“, stellte der Studienleiter Prof. Klaus Bös, Sportwissenschaftler an der Uni Karlsruhe, fest.

## Kinder spielen in der Freizeit mehr drinnen als draußen

Kinder werden aber nicht unsportlicher, weil sie nicht mehr in den Sportverein gehen, sondern weil Alltag und Freizeit nicht mehr „bewegt“ sind: Eltern fahren die Kinder nachmittags vielleicht zu ausgewählten Sportaktivitäten. Aber in der Freizeit stundenlang an der frischen Luft zu toben, ist aus der Mode gekommen. Kinder spielen heute in der Freizeit weniger mit anderen im Viertel, sondern drinnen, gern am Computer, und häufiger als früher mit den Eltern. Erziehungswissenschaftler und Soziologen sprechen deshalb von der „Verinselung“ und „Verhäuslichung“ der Kindheit.

Lesen Sie weiter: [Kinder haben heute weniger Freizeit](#)

## **Kinder haben heute weniger Freizeit**

Der Grund für die Verhäuslichung der Kindheit liegt vor allem darin, dass Kinder heute weniger Freizeit haben, in der sie mit Freunden und Nachbarskindern draußen rumtoben können. Immer mehr Kinder besuchen Ganztageskindergärten, und auch in der Grundschule werden sie zunehmend bis in den Nachmittag betreut – und dann von ihren Eltern mit dem Auto abgeholt. Manche Gymnasiasten müssen durch die Verkürzung der Schulzeit am Nachmittag mehr pauken und haben dadurch weniger Zeit, in der Freizeit draußen zu spielen und sich zu bewegen.

## **Eltern investieren Freizeit der Kinder in Bildung**

Viele Eltern finden, dass ihre Kinder ihre Freizeit sinnvoller verbringen sollten, als einfach draußen rumzustreifen, mit den Nachbarskindern Sticker zu tauschen oder sich in Pfützen die Füße nass zu machen. Ihnen ist es wichtig, dass ihre Kinder jede Bildungschance nutzen, die sich bietet – in der Freizeit am Nachmittag und am Wochenende. „Das staatliche Bildungssystem wird von Eltern als mangelhaft und wenig zukunftsfähig erlebt. Sie verstehen es als ihre Elternpflicht, nur keine Chance auszulassen, und kaufen schon für Kleinkinder Bildung dazu: Englisch für Einjährige, Ökonomie für Vierjährige und vieles mehr“, fasst die Soziologin Christine Henry-Huthmann von der Konrad-Adenauer-Stiftung Ergebnisse der Studie „Eltern unter Druck“ zusammen.

## **Kinder verschwenden keine Zeit**

Inzwischen erkennt die Wissenschaft immer deutlicher, dass das von Kindern selbst organisierte, ungeplante Spielen in der Freizeit keine Zeitverschwendung, sondern sogar sehr bedeutsam für die kindliche Entwicklung ist. Hirnforscher und Psychologen stimmen überein: Die kleinen Abenteuer in Nachbars Garten sind Dünger fürs kindliche Gehirn. Um emotional und geistig zu reifen, brauchen Kinder nicht nur in der Freizeit eigene, unvermittelte Erfahrungen. „Lernen ist Problemlösen. Damit Menschen sich entwickeln, müssen sie sich Schwierigkeiten stellen und sie lösen“, erklärt der Göttinger Hirnforscher Prof. Gerald Hüther. Mitunter klappt dieses selbstständige Problemlösen eben besser, wenn Kinder nicht vom Sporttrainer angeleitet oder vom Kunst-Coach instruiert werden, sondern zum Beispiel in der Freizeit selber einen Flohmarkt auf dem Spielplatz veranstalten oder spontan beim Nachbarskind klingeln, um zum Ententeich zu gehen.

